

Protect Your Family from Mumps

There is a multi-state mumps outbreak and increased mumps cases have been reported in Los Angeles County. Mumps can spread from person to person when people are close together, such as when they are in school, at a place of worship, or at a family and/or community gathering.

Is your family up to date with their Measles, Mumps, and Rubella (MMR) vaccines?

The best way to protect against the mumps is to receive a total of 2 doses of Measles, Mumps, and Rubella (MMR) Vaccine. Check with your family's healthcare providers to be sure that all family members are up to date.

What is mumps?

Mumps is a disease that is caused by a virus. It is spread from person to person, usually by coughing, sneezing, saliva, or touching things that might get into someone's mouth such as a cup or a child's toy.

What are the symptoms of mumps?

Mumps often causes swollen, tender salivary glands under the ears or jaws on one or both sides of the face. Mumps can also cause:

- Fever
- Headaches
- Muscle aches
- Serious complications (health problems)



How serious is mumps?

Most people with mumps fully recover, but the infection can cause serious complications (health problems) such as meningitis, an infection of the covering of the brain and spinal cord; encephalitis, a swelling of the brain; hearing loss; and for males, swelling of the testicles.

How long does it take to show signs of mumps after being exposed?

It can take from 12– 25 days to see the signs of mumps after being exposed. Also, a person who has been infected is more likely to spread the disease to others 2 days before through 5 days after they have symptoms.

What should I do if I think I have mumps?

If you think that you or your children may have mumps, call your doctor or health provider right away.

If you are ill with mumps, avoid contact with other people for at least 5 days after symptoms begin. Stay home from school or work, avoid public settings and if possible, stay in a separate room from family members.

How can I protect my family from mumps?

The MMR vaccine is the best way to prevent mumps. If anyone in your family has received fewer than two doses of MMR vaccine, they need to get a second dose. Following these simple tips can also help reduce your chances of getting infected.

- Cover your nose and mouth with a tissue or your sleeve (your elbow) when you cough or sneeze.
- Wash your hands often with soap and water and/or use gel sanitizers.
- Avoid touching your eyes, nose, or mouth since germs spread that way.
- Avoid close contact with sick people and if you are ill with mumps, stay home for at least 5 days after your symptoms begin.

For more information, visit www.ph.lacounty.gov/ip.
To find vaccines at no-charge or at a reduced-charge in
Los Angeles County, visit www.ph.lacounty.gov/ip
or dial 2-1-1 from any phone.



Proteja a su familia de las paperas

Hay un brote de paperas en varios estados y hay mayores casos de paperas que han sido reportados en el Condado de Los Angeles. Las paperas puede propagarse de persona a persona cuando las personas están muy juntas, como cuando están en la escuela, en un lugar de culto, o en una familia y/o en reuniones de la comunidad.

¿Está al día su familia con sus vacunas contra el sarampión, las paperas y la rubéola (MMR)?

La mejor manera de protegerse contra las paperas es recibiendo un total de 2 dosis de la vacuna contra el Sarampión, las Paperas y la Rubéola (MMR). Consulte a los proveedores de atención médica de su familia para asegurarse de que todos los miembros de su familia estén al día.

¿Qué son las paperas?

Las paperas es una enfermedad que es causada por un virus. Se transmite de persona a persona, generalmente por la tos, estornudos, saliva, o al tocar cosas que podrían entrar en la boca de alguien, como una taza o un juguete de un niño.

¿Cuáles son los síntomas de las paperas?

Las paperas causa a menudo, las glándulas salivales hinchadas y blandas debajo de las orejas o de las mandíbulas en uno o en ambos lados de la cara. Las paperas también causar:

- Fiebre
- Dolores de cabeza
- Dolores musculares
- Complicaciones graves (problemas de salud)



¿Qué tan grave son las paperas?

La mayoría de las personas infectadas con los paperas se recuperan completamente, pero la infección puede causar complicaciones graves (problemas de salud) como la meningitis, una infección de las membranas que cubre el cerebro y la médula espinal; encefalitis, hinchazón del cerebro; pérdida de la audición, y para los hombres, hinchazón de los testículos.

¿Cuánto tiempo se tarda los signos de las paperas en mostrarse después de estar expuesto?

Puede tomar de 12 a 25 días para ver los síntomas de las paperas después de haber sido expuesto. Además, una persona que haya sido infectada es más probable que propague la enfermedad a otros, 2 días antes hasta 5 días después de tener los síntomas.

¿Qué debo hacer si creo que tengo paperas?

Si usted piensa que usted o sus hijos pueden tener paperas, llame a su médico o a su proveedor de salud inmediatamente.

Si usted está enfermo de las paperas, evite el contacto con otras personas por lo menos 5 días después que comienzan los síntomas. Quédese en casa, no vaya a la escuela, o a su trabajo, evite los lugares públicos y si es posible, permanezca en un cuarto separado de sus familiares.

¿Cómo puedo proteger a mi familia de las paperas?

La vacuna MMR es la mejor manera de prevenir las paperas. Si alguien en su familia ha recibido menos de dos dosis de la vacuna MMR, necesitan obtener la segunda dosis. Siguiendo estos sencillos consejos también pueden ayudar a reducir sus probabilidades de contraer la infección.

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo o su manga (use el ángulo del codo) al toser o estornudar.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón y/o use gel desinfectante.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca, ya que los gérmenes se propagan de esa manera.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas y si usted está enfermo de las paperas, quédese en casa durante al menos 5 días después de la aparición de los síntomas.

Para más información, visite www.ph.lacounty.gov/ip.
Para localizar vacunas sin costo o costo reducido en el Condado de Los Angeles, visite www.ph.lacounty.gov/ip

